Das Plateau erkennen und überwinden

Kindheit	Schulzeit	Lebenserfahrung	Plateau	Lebens-Exzellenz
Jede Informationen wird **ungefiltert** abgespeichert	Überzeugungen werden bestätigt und erweitert	Erfolg aufgrund der eigenen Überzeugungen und Erfahrungen	**Offene Fragen** ? **benötigen eine Antwort**	**Emotionale Freiheit, innovative Facetten, tiefe Freude** — **Neue Gedanken, zusätzliche Perspektive auf die Welt, Ballast ablegen**
Lernen durch Beobachtung und Wiederholung	„Ganz gleich, ob Sie denken, Sie können etwas oder Sie können es nicht,	regelmäßige Wiederholung bewährter Verhaltensmuster	**bspw. Soll das schon alles gewesen sein?**	**Erleichterung, neuer Weg, der Momentum bringt**
Das Gehirn reagiert auch heute auf Negatives schneller als auf Positives	**Sie haben recht.“** **- Henry Ford**	drei typische Verhaltensmuster unter Streß: - fight - flight - freeze	**Werde ich das Erreichte bewahren können?**	**nachhaltige Veränderung für sich selbst und ein Beispiel für andere, das einem selbst gefällt**

© Andrea Rockstein-Ahrens